

## “แกงฮังเล” วัฒนธรรมและความเชื่อ

### “GAGENG HANG-LAY” CULTURE AND BELIEFS

ฐิติวรดา ไยสำลี<sup>1\*</sup> สุรีย์พร ธีญะกิจ<sup>1</sup>  
จุฑารัตน์ ศักดิ์มั่นวงศ์<sup>1</sup> และนพพร แพทย์รัตน์<sup>1</sup>  
Thitiworada Yaisumlee<sup>1\*</sup> Sureeporn Thanyakit<sup>1</sup>  
Chutharat Sakmunwong<sup>1</sup> and Nopporn Peatrat<sup>1</sup>

Received : 7 May 2019

Revised : 13 August 2019

Accepted : 28 August 2019

#### บทคัดย่อ

“แกงฮังเล” อาหารที่มีชื่อเสียงและเป็นที่รู้จักของภาคเหนือมีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบหลักพร้อมด้วยเครื่องเทศที่มีกลิ่นและรสชาติเฉพาะ โดยที่แกงฮังเลได้รับอิทธิพลมาจากพม่าตั้งแต่อดีต ซึ่งมีชื่อว่า “แฉะตาฮีน” ในภาษาพม่า มีความหมายตรงกับ “แกงฮังเล” และเป็นอาหารที่ถูกสืบทอดกรรมวิธีการทำมาจนถึงปัจจุบัน แกงฮังเลสามารถจำแนกได้ 2 ประเภท คือ แกงฮังเลมัน และแกงฮังเลเชียงใหม่ นอกจากนี้ความเชื่อของบุคคลและสังคมที่ได้ยึดถือปฏิบัติสืบต่อกันเกี่ยวกับแกงฮังเลสามารถสะท้อนให้เห็นถึงความซับซ้อนทางสังคมและวัฒนธรรมของภูมิภาคที่เกิดจากความรู้ความเข้าใจธรรมชาติ ดังนั้นแกงฮังเลจึงเป็นอาหารที่แสดงถึงวัฒนธรรมและความเชื่อที่แฝงอยู่ประกอบด้วย คุณค่าที่มีต่อร่างกายและจิตใจ การเป็นอาหารสำหรับประเพณี การรวมกลุ่มวัฒนธรรมเดียวกัน การถ่ายทอดภูมิปัญญาการแลกเปลี่ยนและผสมผสานวัฒนธรรมของคนต่างวัฒนธรรม

**คำสำคัญ:** แกงฮังเล อาหารภาคเหนือ วัฒนธรรมอาหาร

<sup>1</sup>มหาวิทยาลัยสวนดุสิต ศูนย์การศึกษานอกที่ตั้ง ลำปาง

<sup>1</sup>Suan Dusit University Lampang Center

\*ผู้นิพนธ์ประสานงาน E-mail: thitiworada\_yai@dusit.ac.th

## ABSTRACT

“Gageng Hang-Lay” is a famous and famous dish of northern Thailand. Meat is the main ingredient with spices that smell and taste. Gageng Hand-Lay has been influenced by Myanmar since the past. The name "Wee Ta Hen" in Myanmar language means "Gageng Hang-Lay" that has been inherited from the past. They can be classified into 2 types: “Gageng Hang-Lay Man” and “Gageng Hang-Lay Chiang Saen”. In addition, the successive beliefs and practices of Gageng Hang-Lay can reflect the social and cultural complexity of wisdom derived from knowledge and understanding of the nature. Gageng Hang-Lay is a food that represents culture and beliefs. Gageng Hang-Lay had the value for the body and mind, tradition, cultural grouping, transfer of wisdom, exchange and integration of cultures of different cultures.

**Keywords:** Gageng Hang-Lay, Northern's Food, Food Culture

## บทนำ

ดินแดนในเขตภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย ซึ่งประกอบด้วยพื้นที่ 8 จังหวัดไว้ด้วยกัน ได้แก่ จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ลำพูน ลำปาง แพร่ น่าน แม่ฮ่องสอน และพะเยา อาณาบริเวณของจังหวัดในภาคเหนือข้างต้นรวมกันจะมีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ล้านนา” ล้านนาหรือภาคเหนือตอนบนเป็นดินแดนที่มีความเจริญรุ่งเรืองมาตั้งแต่อดีตมีประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรมขนบธรรมเนียม ประเพณีที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนาน ภาคเหนือตอนบนมีเอกลักษณ์ที่โดดเด่นแตกต่างไปจากภาคอื่นของประเทศไทย ทั้งการแต่งกาย ภาษาเขียน ภาษาพูดรวมถึงกิริยามารยาทที่มีความอ่อนหวาน สำหรับอาหารการกินของภาคเหนือตอนบนยังมีความแตกต่างซึ่งเป็นเอกลักษณ์ที่ทุกคนที่ได้มาเยือนภาคเหนือตอนบนต้องกล่าวถึงและเสาะหารับประทาน อาหารของภาคเหนือตอนบนส่วนใหญ่มีรสชาติดกกลาง ๆ มีรสเค็ม รสเปรี้ยว ไม่เผ็ดมากนักมีรสหวานน้อยมาก การรับประทานอาหารของภาคเหนือจะนิยมนั่งล้อมวงกันโดยมี “โตก” หรือ “ขันโตก” แทนโต๊ะรับประทานอาหาร ทั้งนี้อาหารที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของภาคเหนือตอนบน ที่ได้รับความนิยมในการบริโภคมาช้านานก็คือ “แกงฮังเล” แกงฮังเลเป็นอาหารที่มีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบหลักพร้อมด้วยเครื่องเทศที่มีกลิ่นและรสที่เป็นเอกลักษณ์ โดยที่แกงฮังเลจะมีการทำและรับประทานในพื้นที่ภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ทั้งนี้แกงฮังเลไม่ได้เป็นอาหารที่รับประทานตามมื้ออาหารทั่วไป แต่เป็นอาหารพิเศษที่ถูกปรุงประกอบขึ้นในช่วงโอกาสที่สำคัญ เช่น ประเพณีสำคัญทางศาสนาพุทธของภาคเหนือตอนบน หรือเทศกาลปีใหม่เมือง มักนิยมนำแกงฮังเลถวายเป็นสัรับอาหารแก่พระสงฆ์ เนื่องจากมีความเชื่อว่าสิ่งที่นำถวายพระสงฆ์ต้องถวายแต่ของที่ดีที่สุด ปรุงด้วยวัตถุดิบที่ดีแกงฮังเลยังเป็นอาหารที่ใช้สำหรับการต้อนรับแขก ในสัรับอาหารมักมีแกงฮังเลอยู่เสมอ เพื่อแสดงถึงไมตรีจิตของเจ้าของบ้านที่ต้อนรับผู้มาเยือนด้วยอาหารเลิศรส แกงฮังเลจึงอุดมไปด้วยมูลค่าทางจิตใจ คุณค่าของแกงฮังเล จึงไม่ได้สะท้อนแต่เพียงเรื่องของรสชาติเท่านั้น เพราะแกงฮังเลอยู่บนความหลากหลายทางวัฒนธรรมทั้งจุดกำเนิด การนำไปใช้ และการคงอยู่ของอาหาร แกงฮังเลจึงเรียกได้ว่าเป็นอาหารที่

หลอมรวมความแตกต่างทางวัฒนธรรมเข้าด้วยกัน และกลายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมอาหารล้านนาในปัจจุบัน ดังนั้นแกงฮังเล นอกจากเป็นอาหารในการดำรงชีวิตแล้ว ยังมีความเกี่ยวข้องกับประวัติศาสตร์ วัฒนธรรม และความเชื่อที่สะท้อนความเจริญทางสังคม และวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์ของพื้นที่ภาคเหนือตอนบน ในบทความฉบับนี้จะกล่าวถึงประวัติศาสตร์ของแกงฮังเล ประเภทของแกงฮังเล วัฒนธรรมและความเชื่อในแกงฮังเล ซึ่งได้นำเสนอรายละเอียดเนื้อหาในลำดับต่อไป

### ประวัติศาสตร์ของแกงฮังเล

ภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยโดยพญามังราย พร้อมอัญเชิญพระสหาย ได้แก่ พญาเจ้าเมืองแห่งเมืองพะเยา และพ่อขุนรามคำแหงแห่งสุโขทัย รวมเอาอาณาจักรหริภุญชัยเข้ากับโยนกเชียงแสน ได้ขนานนามใหม่ที่เรียกว่า “อาณาจักรล้านนา” ในปี พ.ศ. 1839 ได้ร่วมกันสถาปนาราชธานีแห่งใหม่เพื่อให้เป็นศูนย์กลางของอาณาจักรล้านนาโดยใช้ชื่อว่า “นพบุรีศรีนครพิงค์เชียงใหม่” อาณาจักรล้านนาได้ขยายการปกครองไปยังเมืองเขลางค์ (จังหวัดลำปาง) เมืองเขมรัฐเชียงตุง รัฐฉานเมืองยองในประเทศพม่า เมืองเชียงรุ่ง และแคว้นสิบสองปันนาในประเทศจีน รวมถึงมีเมืองนาย (หัวเมืองไทใหญ่) เชียงราย เป็นเมืองราชธานีของอาณาจักรล้านนา รวมไปถึงเมืองนันทบุรี (จังหวัดน่าน) แพร่ทุ่งยั้ง (ปัจจุบันเป็นส่วนหนึ่งของจังหวัดอุตรดิตถ์) (ชูสิทธิ์ ชูชาติ, 2525) จนกระทั่งในปี พ.ศ. 2101 อาณาจักรล้านนาตกเป็นประเทศราชของพม่า การเข้ามาปกครองอาณาจักรล้านนาของพม่ารวมระยะเวลา 216 ปี (พ.ศ. 2101 - พ.ศ. 2317) ต่อมาอาณาจักรล้านนาจึงเป็นประเทศราชของสยาม จากประวัติศาสตร์ของอาณาจักรล้านนาโดยสังเขปข้างต้นทำให้ประชาชนในภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยในปัจจุบันประกอบด้วยหลากหลายเผ่าพันธุ์ทั้ง ไทยยวน ไทใหญ่ ไทเขิน ไทลื้อ ไทยอง ไทลัวะ ซึ่งเป็นเผ่าพันธุ์ที่แพร่กระจายมาจากประเทศพม่า และบางส่วนของประเทศจีน

ภายหลังจากที่อาณาจักรล้านนาเป็นส่วนหนึ่งของสยามประเทศแล้ว พระเจ้ากาวิละได้ทำการกวาดต้อนผู้คนจากหัวเมืองต่าง ๆ ที่หนีภัยสงครามในช่วงที่อยู่ภายใต้การปกครองของพม่าจึงได้สร้างอาณาจักรล้านนาขึ้นมาใหม่ ในปี พ.ศ. 2383 ภายหลังจากที่พม่าได้เสียดินแดนหัวเมืองมอญรวมถึงดินแดนพม่าให้กับประเทศอังกฤษซึ่งมีอาณาเขตติดต่อกับล้านนา การเสียดินแดนของพม่าดังกล่าวส่งผลทำให้บริษัทของอังกฤษ พ่อค้า และแรงงานจากพม่าซึ่งเป็นคนในบังคับของอังกฤษได้ทำการติดต่อค้าขาย และสัมปทานป่าไม้ในพื้นที่อาณาจักรล้านนา ในการตัดไม้ และชักลากไม้ได้มีการขนส่งผ่านแม่น้ำทั้งแม่น้ำปิง จังหวัดเชียงใหม่ และแม่น้ำวัง จังหวัดลำปาง ดังนั้นทั้ง 2 จังหวัดนี้ยังปรากฏชุมชน และศาสนสถานที่เป็นศิลปะพม่าอยู่จนถึงปัจจุบัน

จากประวัติศาสตร์ และความเป็นมาของอาณาจักรล้านนาโดยสังเขป ตั้งแต่การรวบรวมดินแดนจนถึงการอยู่ภายใต้การปกครองของพม่า รวมถึงการค้าขาย และสัมปทานป่าไม้ของพม่าในช่วงกรุงรัตนโกสินทร์ เรื่องราวทางประวัติศาสตร์ดังกล่าวสนับสนุนประวัติศาสตร์การได้รับอิทธิพล “แกงฮังเล” มาจากพม่า นอกจากนั้นจากการศึกษารวบรวมเอกสาร หนังสือ และงานเขียนต่าง ๆ พบว่าเอกสาร และงานเขียนได้กล่าวถึง “แกงฮังเล” แกงฮังเลเป็นอาหารที่ได้รับอิทธิพลมาจากพม่า

และแคว้นสิบสองปันนาในประเทศจีน ซึ่งเรียกว่า “ฮินเล” โดยที่ “ฮิน” แปลว่า “แกง” และ “เล” แปลว่า “เนื้อสัตว์” ในภาษาพม่า

อย่างไรก็ตามเอกสารและงานเขียนข้างต้นมีความขัดแย้งกับผลการศึกษาของ อุบลรัตน์ พันธุมินทร์ (2542) ซึ่งพบว่า “แกงฮังเล” ของคนล้านนาซึ่งในภาษาพม่าเรียกว่า “แฉะต่าฮิน” โดยที่ “แฉะต่า” หมายถึง “เนื้อหมู” ส่วนคำว่า “ฮิน” หมายถึง “แกง” ความหมายโดยรวมจึงหมายถึง “แกงหมู” และหากใช้เนื้อวัวเป็นวัตถุดิบก็เรียกว่า “อะแมต่าฮิน” ทั้งนี้จากการรวบรวมข้อมูลที่มีผู้ได้ทำการศึกษาพบว่า “ฮินเล” ไม่ได้มีความหมายถึง “แกงฮังเล” แต่ “ฮินเล” ในความหมายของพม่า หมายถึง การนำเอาแกงที่เหลือหลากหลายชนิดมารวมกัน และทำการปรุงใหม่อีกครั้งซึ่งมีความหมายตรงกับ “แกงโสะ” ของล้านนา ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า “แฉะต่าฮิน” ในภาษาพม่า มีความหมายตรงกับ “แกงฮังเล” ในขณะที่ “ฮินเล” ในภาษาพม่ามีความหมายตรงกับ “แกงโสะ” ในความหมายของคนล้านนา อย่างไรก็ตามความเป็นมาของ “แกงฮังเล” ในภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยหรืออาณาจักรล้านนาอาจสามารถสรุปได้ ดังนี้

1. การเข้าปกครองของพม่าในอาณาจักรล้านนา ทำให้อาณาจักรล้านนาได้รับอิทธิพลจากพม่าในการเข้าปกครอง อย่างไรก็ตามได้มีนักวิชาการทางด้านประวัติศาสตร์ได้ให้ความเห็นว่า การเข้าปกครองของพม่าในอาณาจักรล้านนาในช่วงแรกนั้น มิได้ส่งผู้นำเข้ามาปกครองล้านนาโดยตรง ยังคงให้เจ้าเมืองคนเดิมสามารถปกครองตนเองได้ แต่ต้องส่งส่วย และแพรรณให้กับพม่าทุก ๆ ปี จนกระทั่ง พ.ศ. 2306 พม่าจึงได้ส่งเจ้านายมาปกครองอาณาจักรล้านนาอย่างจริงจัง ดังนั้น การได้รับอิทธิพลจากพม่าในช่วงของการปกครองอาณาจักรล้านนาที่มีต่อศิลปวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณีรวมถึงชีวิตความเป็นอยู่ อาหารอาจยังคงไม่ได้รับอิทธิพลจากพม่ามากนัก (สุรพล คำริห์กุล, 2559)

2. การเคลื่อนย้ายของแรงงาน สืบเนื่องจากในอดีตปรากฏการค้าขาย และสัมปทานป่าไม้ของบริษัทประเทศอังกฤษโดยมีพ่อค้า และแรงงานพม่าซึ่งเป็นคนในบังคับของอังกฤษเข้ามาตั้งบ้านเรือน และชุมชนในอาณาจักรล้านนา ส่งผลทำให้แรงงานเข้ามาตัดไม้ และซักลากไม้ในลุ่มแม่น้ำปิง และลุ่มแม่น้ำวัง ก่อให้เกิดการตั้งชุมชนในบริเวณแม่น้ำในภาคเหนือตอนบน เช่น แม่น้ำปิง จังหวัดเชียงใหม่ แม่น้ำวัง จังหวัดลำปาง เป็นต้น ซึ่งพื้นที่เหล่านี้ยังปรากฏวัดที่เป็นศิลปะพม่า อาคารที่อยู่อาศัย รวมถึงชุมชนที่ผลิตผกแกงฮังเลที่เก่าแก่ เช่น ชุมชนท่ามะโอ จังหวัดลำปาง ซึ่งสืบทอดการผลิตเครื่องแกงฮังเลจากบรรพบุรุษชาวพม่ามาจนถึงรุ่นที่ 4 ในปัจจุบัน เป็นต้น

ทั้งนี้การตั้งชุมชนของพ่อค้า และแรงงานพม่าในบังคับของอังกฤษจะส่งผลทำให้มีการนำศิลปวัฒนธรรม ความเชื่อ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ รวมถึงวัฒนธรรมทางด้านอาหารเข้ามาในอาณาจักรล้านนาด้วย ดังนั้นการเข้ามาค้าขาย และสัมปทานป่าไม้ จึงเป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งของการได้รับอิทธิพล “แกงฮังเล” จากพม่าเข้ามาในอาณาจักรล้านนา นอกจากนั้นการตัดไม้ และการซักลากไม้สักในภาคเหนือตามหัวเมืองเชียงใหม่ ลำพูน และลำปาง ทำให้มีชาวจีน พม่า และชาวไทยใหญ่เดินทางเข้ามาในประเทศไทยผ่านทางจังหวัดแม่ฮ่องสอน และอำเภอแม่สอด จังหวัดตาก และได้นำศิลปวัฒนธรรม อาหาร เข้ามาในหัวเมืองต่าง ๆ ด้วย

3. การมีอาณาเขตติดต่อกันระหว่างพม่ากับอาณาจักรล้านนาที่ส่งผลต่อการเคลื่อนย้ายของผู้อยู่อาศัยระหว่างพม่ากับอาณาจักรล้านนา

จากที่ได้กล่าวถึงประวัติศาสตร์ของประชาชนในอาณาจักรล้านนา ประกอบด้วยหลายเผ่าพันธุ์ มีการกระจายตัวกันอยู่อาศัยในพื้นที่ติดต่อกับอาณาจักรล้านนา ได้แก่ จังหวัดแม่ฮ่องสอน ซึ่งเป็นจังหวัดที่มีศิลปวัฒนธรรม อาคารบ้านเรือนที่มีศิลปะทางพม่า (ไทใหญ่) เป็นจำนวนมาก รวมถึงอาหารที่ได้รับอิทธิพลมาจากพม่า เช่น “แกงฮังเล” ก็มีการทำ และนิยมรับประทานในจังหวัดแม่ฮ่องสอน ทั้งนี้จังหวัดแม่ฮ่องสอนเป็นแหล่งผลิตผงแกงฮังเลที่เก่าแก่อีกแห่งหนึ่ง นอกจากนี้ยังมีการกระจายตัวของการผลิตผงแกงฮังเลในหลายอำเภอของจังหวัดแม่ฮ่องสอน ทั้งอำเภอเมือง อำเภอปาย อำเภอขุนยวม อำเภอแม่สะเรียง เป็นต้น โดยแต่ละรายผู้ผลิตจะเน้นถึงรสชาติที่เป็นต้นตำรับจากพม่า

นอกจากจังหวัดแม่ฮ่องสอนแล้ว ในอำเภอแม่สอด จังหวัดตาก และอำเภอสังขละบุรี จังหวัดกาญจนบุรี ซึ่งมีพรมแดนติดต่อกับประเทศพม่า ทั้งนี้พบว่าในอำเภอแม่สอดจังหวัดตากมีการทำและบริโภค “แกงฮังเล” รวมถึงมีแหล่งผลิตผงฮังเลเพื่อส่งขายในพื้นที่ใกล้เคียง และจากการลงพื้นที่สำรวจข้อมูลโครงการจัดการความรู้อัตลักษณ์อาหารชนเผ่าเพื่อสร้างเส้นทางทางการท่องเที่ยวชุมชนบ้านปูเต๋อ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก ซึ่งเป็นหมู่บ้านชาติพันธุ์ปกากะญอ เชื้อสายกะเหรี่ยงแดง ซึ่งอพยพมาจากประเทศพม่าผ่านแม่น้ำสาละวิน จังหวัดแม่ฮ่องสอน และมาตั้งถิ่นฐานในอำเภอแม่สอดจังหวัดตากซึ่งพบว่า มีการทำและการบริโภค “แกงฮังเล” ในชุมชนมาตั้งแต่บรรพบุรุษ



ภาพที่ 1 แกงฮังเล หมู่บ้านชาติพันธุ์ปกากะญอ ชุมชนบ้านปูเต๋อ อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก  
ที่มา : คณะผู้นิพนธ์

ในขณะที่ชาวมอญในอำเภอสังขละบุรี จังหวัดกาญจนบุรี มีอาหารที่ชื่อว่า “ควะ ฮินเลย์” ซึ่งคล้ายกับ “แกงฮังเล” ในภาคเหนือตอนบน ดังนั้นการมีอาณาเขตติดต่อกันระหว่างพม่ากับอาณาจักรล้านนา ส่งผลทำให้มีการเคลื่อนย้ายของผู้คนที่อยู่อาศัยระหว่างทั้ง 2 อาณาเขต และก่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนศิลปวัฒนธรรม วิถีชีวิตความเป็นอยู่ และวัฒนธรรมทางด้านอาหาร จึงเป็นสาเหตุสำคัญอีกประการของการได้รับอิทธิพล “แกงฮังเล” เข้ามาในอาณาจักรล้านนา และพื้นที่อื่น ๆ ของประเทศไทย

จากประวัติศาสตร์การเข้ามาของ “แกงฮังเล” ในภาคเหนือตอนบนของประเทศไทย ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากพม่าตั้งแต่อดีต ปัจจุบัน “แกงฮังเล” ยังคงถูกสืบทอดกรรมวิธีการในทำเครื่องแกงฮังเล และวิธีการทำมาอย่างต่อเนื่อง และอาจมีการปรับเปลี่ยนวิธีการทำ การปรุงให้สอดคล้องกับความชอบ และบริบทของแต่ละพื้นที่ ทั้งนี้การเข้ามาของ “แกงฮังเล” ในประเทศไทย ดังกล่าว เป็นตามหลักของทฤษฎีการแพร่กระจายทางวัฒนธรรม (Cultural Diffusion) ที่เห็นว่า วัฒนธรรมจะแพร่กระจายไปยังแหล่งอื่นต้องยึดหลักการ วัฒนธรรม คือ ความคิด และพฤติกรรมที่ติดตัวบุคคล เมื่อบุคคลไปถึงที่ใด วัฒนธรรมก็จะเดินทางไปถึงที่นั้น (Rogers, 1976) โดยที่ปัจจัยที่มีผลต่อการแพร่กระจายของวัฒนธรรม ประกอบด้วย ปัจจัยทางภูมิศาสตร์ ทำให้เกิดการเคลื่อนย้ายของประชาชนในระหว่างพื้นที่ ปัจจัยทางเศรษฐกิจซึ่งทำให้ประชาชนมีการติดต่อค้าขาย และแลกเปลี่ยนสินค้า และบริการ ปัจจัยทางสังคม ได้แก่ การแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม พฤติกรรม องค์ความรู้ พิธีกรรม ทางศาสนา เป็นต้น และปัจจัยทางด้านการเมืองการปกครอง จากประวัติศาสตร์ดังกล่าวส่งผลทำให้แกงฮังเล มีลักษณะที่แตกต่างกันซึ่งจะกล่าวถึงในลำดับต่อไป

### ลักษณะของแกงฮังเล

การทำแกงฮังเลในปัจจุบันได้มีการปรับเปลี่ยนตามยุคสมัย และความชอบของผู้บริโภค โดยสรุปแล้วแกงฮังเลที่พบในปัจจุบัน ประกอบด้วย 2 ลักษณะ คือ

#### 1. แกงฮังเลม่าน

แกงฮังเลม่านมีลักษณะเป็นแกงที่มีสีน้ำตาลแดง น้ำแกงขลุกขลิก มีน้ำมันลอยหน้าสีแดงส้มจากเครื่องแกง เนื้อสัมผัสของหมูที่เปื่อยนุ่ม รสเปรี้ยว เค็ม หวาน และเผ็ดตาม โดยมีเครื่องปรุงและเครื่องแกงประกอบ ดังนี้

#### เครื่องปรุง

เนื้อหมูสามชั้น

หมูเนื้อสะโพก

กระเทียมดอง

ขิงหั่นฝอย

น้ำปลา

น้ำตาลปีบ

น้ำเปล่า

น้ำมะขามเปียก

ซีอิ๊วดำ

ผงฮังเล

ผงขมิ้น



ภาพที่ 2 แกงฮังเลม่าน

ที่มา : คณะผู้นิพนธ์

#### เครื่องแกง

พริกแห้ง เกลือป่น หอมแดง กระเทียม กะปิ ข่า ตะไคร้ กระเทียม



### วิธีทำ

1. โขลกเครื่องน้ำพริกแกงให้ละเอียด
2. หั่นเนื้อหมูและหมูสามชั้น เป็นชิ้น ๆ นำมาคลุกเคล้ากับเครื่องแกง ผงฮังเล ผงขมิ้น ซีอิ๊วดำ หมักทิ้งไว้ ประมาณ 30 นาที
3. นำหมูที่หมักมาผัดโดยใช้ไฟอ่อน ๆ ผัดพอให้หมูตึงตัว เติมน้ำ เคี่ยวจนนุ่มด้วยไฟปานกลาง
4. ปรงรสด้วยน้ำมะขามเปียก น้ำปลา น้ำตาล ชিং ตั้งไฟต่อจนได้น้ำซลुकขลิกลงใส่กระเทียมดองทิ้งไว้สักครู่ ปิดไฟ

### 2. แกงฮังเลเชียงใหม่

แกงฮังเลเชียงใหม่มีขั้นตอนในการทำคล้ายกับแกงฮังเลม่าน แต่มีส่วนผสมของเครื่องปรุงที่แตกต่างจากแกงฮังเลม่าน คือมีการนำผักพื้นบ้านตามฤดูกาลมาเพิ่มในส่วนผสม เช่น ถั่วฝักยาว มะเขือยาว มะเขือพวง พริก ผักชีฝรั่ง ใบชะพลู และหน่อไม้ดอง โดยลักษณะปรากฏของแกงฮังเลเชียงใหม่จะคล้ายกับแกงโหระพาแบบล้านนา โดยแกงฮังเลเชียงใหม่ไม่มีวุ้นเส้นเป็นส่วนผสม มีส่วนของน้ำแกงเล็กน้อย สีของแกงฮังเลเชียงใหม่จะมีสีเหลืองเขียวจากส่วนผสมของผัก เนื้อสัมผัสที่เปื่อยนุ่มของหมูและผัก มีรสกลมกล่อม โดยมีเครื่องปรุงและเครื่องแกงประกอบ ดังนี้

#### เครื่องปรุง

เนื้อหมูสามชั้น	หมูเนื้อสะโพก	ผักถั่วฝักยาว	มะเขือยาว
มะเขือพวง	พริก	ผักชีฝรั่ง	ใบชะพลู
หน่อไม้ดอง	กระเทียมดอง	ชিংหิ้นฝอย	น้ำตาลปีบ
น้ำปลา	น้ำเปล่า	น้ำมะขามเปียก	ผงฮังเล
ผงขมิ้น	ซีอิ๊วดำ		



ภาพที่ 3 แกงฮังเลเชียงใหม่

ที่มา : คณะผู้นิพนธ์

#### เครื่องแกง

พริกแห้ง เกลือป่น หอมแดง กระเทียม กะปิ ข่า ตะไคร้ กระเทียม

### วิธีทำ

1. โขลกเครื่องน้ำพริกแกงให้ละเอียด
  2. หั่นเนื้อหมูและหมูสามชั้นเป็นชิ้นๆ นำมาคลุกเคล้ากับเครื่องแกงแกง ผงฮังเล ผงขมิ้น ซีอิ๊วดำ หมักทิ้งไว้ ประมาณ 30 นาที
  3. นำหมูที่หมักมาผัดโดยใช้ไฟอ่อน ๆ ผัดพอให้หมูตึงตัว เติมน้ำ หน่อไม้ดอง เคี้ยวจนนุ่ม ด้วยไฟปานกลาง
  4. นำผักทั้งหมดเติมลงในแกง โดยเริ่มจากผักที่สุกยากก่อน
  5. ปรงรสด้วยน้ำมะขามเปียก น้ำปลา น้ำตาล ชিং ใส่กระเทียมดองทิ้งไว้สักครู่ ปิดไฟ
- อย่างไรก็ตามแกงฮังเลทั้ง 2 ลักษณะ จะมีความแตกต่างในรายละเอียดของวัตถุดิบ ในการปรุง แต่วัตถุดิบหลักที่เหมือนกันคือ เนื้อหมู และผงแกงฮังเล โดยส่วนใหญ่จะพบแกงฮังเลมาน ซึ่งนิยมปรุง และรับประทานมากกว่าแกงฮังเลเชียงแสน ทั้งนี้ลักษณะของแกงฮังเลดังกล่าว มีการปรับเปลี่ยนให้เข้ากับความต้องการของผู้บริโภค ความอุดมสมบูรณ์ของวัตถุดิบในแต่ละท้องถิ่น รวมถึงการถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นผ่านกระบวนการปรุงอาหารที่หลากหลาย และสอดคล้องกับ วัฒนธรรม สภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงไป

นอกจากนั้นจากการศึกษาหนังสือ “อาหารล้านนา” ยังพบว่าแกงฮังเลของภาคเหนือ ในปัจจุบันทั้งแกงฮังเลมาน และแกงฮังเลเชียงแสน มีความแตกต่างจากแกงฮังเลของพม่า โดยพบว่า “แกงฮังเลพม่า” ซึ่งมีลักษณะเป็น แกงน้ำขลุกขลิกข้น สีแดง ทำมาจากเนื้อวัว มีรสกลมกล่อม ทั้งเปรี้ยว เค็มและหวาน (วาณี เอี่ยมศรีทอง และประหยัด สายวิเชียร, 2538) ซึ่งมีเครื่องปรุง ประกอบด้วย

### เครื่องปรุง

เนื้อสัน	พริกแห้งเม็ดใหญ่
ผงฮังเล	น้ำเปล่า
น้ำมันพืช	น้ำปลา
มะเขือเทศ	น้ำตาล



ภาพที่ 4 แกงฮังเลพม่า

ที่มา : วาณี เอี่ยมศรีทอง และประหยัด สายวิเชียร (2538)



### วิธีทำ

1. หั่นเนื้อสันเป็นชิ้น ๆ
2. นำเนื้อมาคลุกเคล้า ผงฮังเล และน้ำมันพืช พักทิ้งไว้ 30 นาที
3. นำเนื้อที่หมัก มาเติมน้ำ น้ำปลา น้ำตาล มะเขือเทศ และพริกแห้ง เคี่ยวโดยใช้ไฟอ่อน ๆ ประมาณ 40-50 นาที จนได้น้ำซลुकขลิก และเนื้อเปื่อย

สำหรับส่วนประกอบที่สำคัญของแกงฮังเลทั้ง แกงฮังเลมัน แกงฮังเลเชียงแสน และรวมถึงแกงฮังเลพม่า จะเห็นได้ว่า “ผงแกงฮังเล” หรือ “ผงฮินเล” มีความสำคัญ และถือเป็นเครื่องปรุงหลักที่ขาดไม่ได้สำหรับแกงฮังเลของภาคเหนือตอนบน ซึ่งจากการศึกษาพบว่า “ผงฮังเล” หรือ “ผงฮินเล” จะมีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ผงมะสะหล่า” (ผงมะสะหล่า หรือ ผงมะสะหล่า หรือ ผงมะสะหล่า) ซึ่งเป็นผงที่มีส่วนผสมของเครื่องเทศหลากหลายชนิด โดย “ผงมะสะหล่า” มีความคล้ายคลึงกับ “มัซซาลา” (Masala) ซึ่งเป็นคำศัพท์ที่บรรยายถึงเครื่องเทศชนิดต่าง ๆ ที่นำมาผสมรวมกันทั้งที่คั่ว อบแห้ง หรืออบนเป็นผง เพื่อใช้เป็นตำรับอาหารของประเทศอินเดีย บังคลาเทศ และปากีสถาน โดยที่เครื่องเทศที่นิยมนำมาใช้รวมกัน ได้แก่ ลูกผักชี (Coriander seeds) กานพลู (Cloves) อบเชย (Cinnamon) ยี่หระ (Black Cumin) ใบกระวาน (Bay leaves) ดอกจันทน์เทศ (Mace) ลูกจันทน์ (Nutmeg) เม็ดพริกไทย (Peppercorn) เป็นต้น ทั้งนี้ “ผงแกงฮังเล” อาจมีความแตกต่างกันในแต่ละผู้ผลิต โดยส่วนประกอบหลักจะประกอบด้วย ผงขมิ้น (Turmeric Powder) ยี่หระ (Cumin) ลูกชด (Fenugreek) และเครื่องเทศ อื่น ๆ อีกหลายชนิด

แม้ว่าแกงฮังเลจะมีการจำแนกตามลักษณะการปรุง รสชาติ และมีปรับเปลี่ยนไปตามความชอบของคนในพื้นที่อย่างหลากหลาย แต่อย่างไรก็ตาม “แกงฮังเล” ยังคงเป็นการสืบทอดวัฒนธรรม และความเชื่อจากอดีตจนถึงปัจจุบันดังจะกล่าวตามรายละเอียดถัดไป

### วัฒนธรรมและความเชื่อในแกงฮังเล

อาหารนอกจากจะเป็นความจำเป็นพื้นฐานของมนุษย์ในการดำรงชีวิตแล้ว ยังแฝงไปด้วยวัฒนธรรม และความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับอาหารชนิดนั้น ๆ ทั้งกลิ่นของอาหาร รสชาติ รูปลักษณ์ภายนอก รวมถึงโอกาสในการรับประทานอาหาร ทั้งนี้แนวคิดวัฒนธรรมของอาหารมีจุดเริ่มต้นจากวัฒนธรรมของชุมชน (Cultural Community) ที่ให้ความสนใจในคุณค่า ความรู้ความสัมพันธ์ทางวัฒนธรรมของชุมชนและระบบนิเวศ ซึ่งทรงสิริ วิชิรานนท์ และคณะ (2557) ได้กล่าวเพิ่มเติมถึงวัฒนธรรมชุมชนเป็นการให้ความสำคัญต่อจารีตประเพณี ระบบความสัมพันธ์ทางสังคม ที่ต่อยอดคุณค่าของความเกื้อกูลในชุมชน ความพอเพียงของชุมชนและการสัมพันธ์อย่างพึงพิงระหว่างชุมชนกับธรรมชาติ ซึ่งรูปธรรมของความรู้ดังกล่าว ได้แก่ การให้ความสนใจต่อเรื่องเล่า ตำนาน ประเพณี เทคโนโลยีพื้นบ้าน การจัดระบบแรงงาน วิธีทำมาหากิน เป็นต้น

จากแนวคิดวัฒนธรรมของอาหารดังกล่าวมีนักวิชาการได้อธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับ “วัฒนธรรมอาหาร” ไว้ว่า การเก็บหาอาหารของมนุษย์เป็นกิจกรรมสำคัญอันดับแรก และถือเป็นต้นกำเนิดของวัฒนธรรมอาหาร (ยศ สันตสมบัติ, 2543) นอกจากนั้นการนำทรัพยากรจากธรรมชาติมาเป็นอาหาร กรรมวิธีการปรุง จนทำให้ทรัพยากรธรรมชาติเหล่านั้นกลายเป็นอาหารที่มีรสชาติอร่อยล้วนแต่เป็นวัฒนธรรมอาหารที่มนุษย์สร้างขึ้นมา วัฒนธรรมอาหารเป็นธรรมเนียมประเพณี วิธีการ

ต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับอาหาร โดยคนในชุมชนหรือสังคมยึดถือปฏิบัติกันมา โดยเริ่มตั้งแต่การเลือกสรร วัตถุดิบธรรมชาติ การเก็บหาอาหาร หรือการปลูกพืช การเลี้ยงสัตว์ ควบคุม และขยายปริมาณ วัตถุดิบ วิธีการ การปรุงแต่งอาหาร การบริโภค กฎเกณฑ์ข้อบังคับของสังคม รวมถึงความเชื่อหรือ เจื่อนไขข้อห้ามเกี่ยวกับอาหาร (พัทธา สายหู, 2532) ดังนั้นวัฒนธรรมอาหาร จึงเป็นธรรมเนียม ประเพณี รวมถึงพฤติกรรมของคนในสังคมที่ยึดถือ และสืบทอดปฏิบัติในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับอาหาร ซึ่งประกอบด้วย ความรู้ ความเชื่อ กฎเกณฑ์ ตลอดจนวิธีการในการสร้างสรรค์ที่บุคคลได้เรียนรู้ และ ถ่ายทอดสืบทอดกันจากรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่ง

นอกจากนั้นความเชื่อของบุคคล สังคมที่ได้ยึดถือปฏิบัติสืบทอด และถ่ายทอดองค์ความรู้ เกี่ยวกับแกงฮังเล ตั้งแต่อดีตจากรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่งจนถึงปัจจุบัน โดยแกงฮังเลถือเป็นอาหารที่มีความเกี่ยวข้องกับประวัติศาสตร์ นับเป็นเอกลักษณ์ด้านหนึ่งของชาวล้านนา แกงฮังเลยังสามารถ สะท้อนให้เห็นถึงความซับซ้อนทางสังคม วัฒนธรรมของภูมิปัญญาที่เกิดจากความรู้ ความเข้าใจ ธรรมชาติซึ่งเป็นองค์ความรู้ที่เกิดจากวิธีการใช้ชีวิตจริงอย่างได้ผล พร้อมทั้งผสมผสานวัฒนธรรม และ ยังเป็นอาหารที่สอดแทรกในระบบความเชื่อในพิธีกรรม (ทักษิณี อารมณ์เกลี้ยง และสุภาพ นัทรารณณ์, 2557) ทั้งนี้วัฒนธรรมด้านอาหารมีลักษณะเป็นทั้งศาสตร์ และศิลป์ด้านอาหารของแต่ละสังคม (อภิญา ตันทวิวงศ์, 2556) ดังนั้นแกงฮังเลจึงเป็นอาหารที่แสดงถึงวัฒนธรรม และความเชื่อที่แฝงอยู่ ซึ่งสามารถสรุปได้ตาม ภาพที่ 5 ดังนี้



ภาพที่ 5 วัฒนธรรม และความเชื่อที่แฝงอยู่ในแกงฮังเล  
ที่มา : คณะผู้นิพนธ์

จากภาพที่ 5 แสดงวัฒนธรรม และความเชื่อที่แฝงอยู่ในแกงฮังเล ประกอบด้วย คุณค่าที่มีต่อร่างกายจิตใจ การเป็นอาหารสำหรับประเพณี การรวมกลุ่มวัฒนธรรมเดียวกัน การแลกเปลี่ยนผสมผสานวัฒนธรรม รวมถึงการถ่ายทอดภูมิปัญญา ซึ่งสามารถแสดงรายละเอียดดังนี้

## 1. คุณค่าต่อร่างกายและจิตใจ

การรับประทานอาหารเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ เพราะอาหารประกอบด้วยสารอาหารต่าง ๆ ที่ร่างกายต้องการ ทำให้ร่างกายได้รับพลังงาน การเจริญเติบโต ซ่อมแซมส่วนต่าง ๆ ที่สึกหรอของร่างกาย ทำให้อวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกายทำงานได้ตามปกติ และสร้างภูมิคุ้มกันโรคให้แก่ร่างกาย แองยังเลจะมีสารอาหารต่าง ๆ ซึ่งประกอบด้วย โปรตีนจากเนื้อสัตว์ ไขมัน วิตามินเกลือแร่ และน้ำ นอกจากนี้เครื่องแกงของแองยังเลยังประกอบด้วยสมุนไพร และเครื่องเทศชนิดต่าง ๆ ที่มีสรรพคุณในการบำรุงร่างกาย การทำแกงยังเลเริ่มตั้งแต่วิธีการปรุง และการบริโภค รวมถึงการนำไปสู่กิจกรรมที่หลากหลายทางด้านวัฒนธรรม เช่น การสร้างความสัมพันธ์ในกลุ่มเครือญาติ เนื่องจากการทำแกงยังเลในอดีตต้องทำการล้มหมูส่งผลทำให้การทำแกงยังเลต้องทำในปริมาณที่มาก ทำให้เกิดการมีส่วนร่วมของกลุ่มเครือญาติในการลงมือทำแกงยังเล เช่น การหันเนื้อหมู การคน และเคี้ยวแกงยังเล เป็นต้น ทั้งนี้การมีส่วนร่วมดังกล่าวนอกจากการสร้างความสัมพันธ์ในกลุ่มเครือญาติแล้ว แองยังเลยังเป็นการแสดงทัศนะของระบบคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ในชุมชน การแบ่งงานกันทำระบบโครงสร้างทางสังคม (Social structure) ผ่านการปรุงประกอบที่แบ่งหน้าที่ แสดงให้เห็นถึงโครงสร้างทางสังคมชัดเจนยิ่งขึ้น จุดสูงสุดของพิธีกรรมแกงยังเล คือ แม่ครัวเก่า ส่งต่อไปยังฐานคือผู้รับประทาน แองยังเลจึงแสดงจุดยืนของสังคม ที่มีการพึ่งพาอาศัย และระบบการจัดการสังคมนำไปสู่การเกิดกิจกรรมอื่น ๆ อาทิเช่น การท่องเที่ยว การชิมอาหาร แนะนำอาหาร เช่น กิจกรรม “แกงยังเลหม้อขางหลวง” หรือแกงยังเลหม้อยักษ์ ในงานสูงหลวง กลองใหญ่ ปีใหม่เมือง นครลำปาง และกิจกรรมการสอนทำ “แกงยังเลแบบฉบับคนพม่า” ซึ่งจัดโดยสถาบันพิพิธภัณฑ์การเรียนรู้แห่งชาติ เป็นต้น โดยที่อภิญญา ตันทวีวงศ์ (2556) ได้กล่าวถึง การมีวัฒนธรรมอาหารที่เข้มแข็งจะเป็นการสร้างเส้นทางคุณภาพชีวิตและสุขภาวะ ซึ่งจะส่งผลต่อความมั่นคงในสังคมต่อไป

ความพิเศษของแกงยังเลถูกนำไปใช้ในการแสดงออกถึงความกตัญญู และไม่ตรีจิต เพราะลักษณะที่พิเศษกว่าอาหารทั่วไป และเป็นอาหารที่หาทานได้ในช่วงเทศกาลสำคัญเท่านั้น แองยังเลจึงเป็นสุดยอดของอาหาร ที่จะปรุงขึ้นอันแฝงด้วยทักษะ ความชำนาญ การเรียนรู้ และระบบความเชื่อที่ถ่ายทอดร่วมกันมาจากรุ่นสู่รุ่น แองยังเลจึงเปรียบเสมือนมรดกทางวัฒนธรรม

## 2. การเป็นอาหารสำหรับประเพณี

ประเพณีเป็นสิ่งที่สมาชิกในสังคม และชุมชนประเพณีปฏิบัติสืบต่อกันมาจนเป็นที่ยอมรับและมีความหลากหลาย ขึ้นอยู่กับความนิยมในท้องถิ่น สังคม และชุมชนนั้น อาหารถือเป็นธรรมเนียมประเพณีที่เป็นเรื่องธรรมดาสามัญ ไม่มีระเบียบแบบแผนเหมือนขนบประเพณี และไม่มีผิดหรือถูกเหมือนจารีตประเพณี เพียงแต่นิยมที่จะประเพณีปฏิบัติสืบต่อเนื่องกันมา แต่หากไม่ประเพณีปฏิบัติอาจถูกมองว่า เป็นผู้ขาดการศึกษา และเสียมารยาท (มณี พยอมยงค์, 2532) ดังนั้น “แกงยังเล” จึงเกี่ยวข้องกับธรรมเนียมประเพณีในวันสำคัญทางศาสนาพุทธ และประเพณีประจำสำหรับการต้อนรับแขกผู้มาเยือน ดังนี้

### 2.1 อาหารสำหรับประเพณีประจำวันสำคัญทางศาสนาพุทธในล้านนา

จากประวัติศาสตร์ความเป็นมาของแกงฮังเลในล้านนา ที่ได้รับอิทธิพลมาจากการเคลื่อนย้ายของประชาชน และการมีพื้นที่ติดต่อกับประเทศพม่า ส่งผลทำให้ปรากฏวัดที่มีศิลปกรรมในรูปแบบของพม่าในจังหวัดที่มีประชาชนและมีเขตติดต่อกับประเทศพม่า โดยในอดีตวัดพม่าดังกล่าวอยู่ในกำกับดูแลของหน่วยงานของประเทศพม่า ก่อนที่จะมีการเปลี่ยนแปลงให้อยู่ในการกำกับดูแลของหน่วยงานของไทยในปัจจุบัน ดังนั้นในอดีตพระสงฆ์ที่จำวัดในวัดพม่าจึงเป็นพระสงฆ์ที่มาจากประเทศพม่าทั้งหมด

การมีพระสงฆ์พม่าจำวัดในวัดพม่าในภาคเหนือส่งผลทำให้กิจกรรมการทำบุญ ซึ่งรวมถึงการประกอบอาหารสำหรับการทำบุญถวายพระสงฆ์ในวันประเพณีสำคัญทางศาสนาพุทธ เช่น วันเข้าพรรษา วันออกพรรษา เป็นต้น ความเชื่อทั่วไปสำหรับการประกอบอาหารเพื่อทำบุญถวายพระสงฆ์อาจเป็นอาหารที่ไม่ได้ประกอบเพื่อรับประทานเป็นประจำทุกวัน หรือมีวัตถุดิบหลักมาจากผักในท้องถิ่น แต่เป็นอาหารที่ต้องใช้เงินในการหาซื้อวัตถุดิบที่มีราคาสูงกว่าปกติ เช่น เนื้อสัตว์ เป็นต้น เมื่อเทียบกับอาหาร หรือเป็นอาหารที่มีกระบวนการปรุงที่มีความละเอียด พิถีพิถัน และใช้เวลานาน ดังนั้น “แกงฮังเล” จึงเป็นหนึ่งในอาหารที่ประชาชนชาวพม่าที่อยู่ในประเทศไทยในอดีตใช้เป็นอาหารสำคัญสำหรับการทำบุญถวายพระสงฆ์ในวันสำคัญทางศาสนาพุทธ เนื่องจากวัตถุดิบหลักคือเนื้อสัตว์ที่มีราคาสูง ประกอบกับความพิถีพิถันในการปรุง และการใช้เวลานานสำหรับการเคี่ยวเนื้อหมูให้เปื่อย ดังนั้น “แกงฮังเล” จึงเป็นอาหารสำคัญในการทำบุญถวายพระสงฆ์ในวันสำคัญทางศาสนาพุทธในภาคเหนือตอนบน ซึ่งยังคงสืบทอดจากอดีตมาจนถึงปัจจุบัน

## 2.2 ประเพณีการต้อนรับแขกผู้มาเยือน

นอกจาก “แกงฮังเล” จะมีความสำคัญเป็นอาหารสำหรับประเพณีทางศาสนาพุทธในภาคเหนือตอนบนแล้ว ความสำคัญของแกงฮังเลยังเป็นอาหารสำหรับธรรมเนียมประเพณีในการต้อนรับแขกผู้มาเยือน ซึ่งยังปรากฏให้เห็นในปัจจุบัน ด้วยความเชื่อว่า “แกงฮังเล” เป็นแกงชั้นดี (สิริรักษ์ บางสุต และพลวัฒน์ อารมณ, 2558) มีวัตถุดิบหลักเป็นเนื้อสัตว์ซึ่งมีราคาสูง มีกระบวนการปรุงพิถีพิถัน และใช้เวลานาน จึงเป็นอาหารที่มีความเหมาะสมสำหรับการทำเลี้ยงแขกผู้มาเยือนเสมอ

จากความเชื่อดังกล่าว “แกงฮังเล” จึงเป็นอาหารหลักที่จัดวางในขันโตก (ภาชนะใส่สำหรับอาหารของล้านนา) สำหรับการเลี้ยงแขก ญาติมิตร หรือบุคคลสำคัญที่มาเยือน การเลี้ยงอาหารแบบขันโตกจะเป็นการเลี้ยงอาหารเย็น ปรากฏอยู่ในสังคมของคนในภาคเหนือตอนบนตั้งแต่อดีตมาจนถึงปัจจุบัน (วาณี เอี่ยมศรีทอง และประหยัด สายวิเชียร, 2538) ทั้งนี้การเลี้ยงขันโตกได้เป็นที่ยอมรับ และได้รับความนิยมนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทย และต่างประเทศสำหรับการมาท่องเที่ยวในภาคเหนือตอนบน ดังนั้น “แกงฮังเล” จึงเป็นอาหารหลักสำคัญที่ขาดไม่ได้สำหรับธรรมเนียมประเพณีการเลี้ยงขันโตกต้อนรับแขกผู้มาเยือน

## 3. การรวมกลุ่มวัฒนธรรมเดียวกัน

การทำแกงฮังเล และการนำแกงฮังเลไปเป็นอาหารที่เกี่ยวข้องกับประเพณีทางพุทธศาสนารวมถึงการเป็นอาหารสำหรับต้อนรับแขกผู้มาเยือนซึ่งเป็นวัฒนธรรมของคนล้านนาที่ปฏิบัติสืบทอดเนื่องจากอดีตมาจนถึงปัจจุบัน นอกจากนั้นหากชาวล้านน้าย้ายถิ่นพักอาศัยไปยังพื้นที่จังหวัดอื่น ๆ

ก็ยังคงนิยมทำแกงฮังเลในโอกาสสำคัญของครอบครัว รวมถึงการมีรายการอาหารแกงฮังเลจำหน่ายตามร้านอาหารของภาคเหนือด้วย

ดังนั้น “แกงฮังเล” จึงเป็นวัฒนธรรมอาหารที่เกิดจากการเรียนรู้ ถ่ายทอดจากอดีตจนเป็นมรดกทางอาหารที่อยู่ในวิถีชีวิตของคนล้านนา แกงฮังเลมีลักษณะเฉพาะตนทั้งการปรุงและโอกาสการรับประทาน นอกจากนี้แกงฮังเลยังเป็นอาหารที่มีการปรับเปลี่ยนวัตถุดิบสำหรับการปรุงประกอบเพื่อให้มีรสชาติที่ถูกปากตามความชอบของคนแต่ละพื้นที่นั้น ๆ จากที่กล่าวมาข้างต้น “แกงฮังเล” จึงเป็นอาหารที่สอดคล้องกับลักษณะของวัฒนธรรม หรืออาจกล่าวได้ว่า “แกงฮังเล” คืออาหารที่เป็นตัวแทนของวัฒนธรรมของภาคเหนือที่ทุกคนจะต้องกล่าวถึง มีลักษณะเฉพาะซึ่งเป็นตัวแทนที่แสดงให้เห็นถึงวัฒนธรรมเดียวกันของชาวล้านนา

#### 4. การถ่ายทอดภูมิปัญญา

การประกอบอาหารเป็นกระบวนการหนึ่งซึ่งเป็นการถ่ายทอดภูมิปัญญาของกลุ่มชน โดยที่กระบวนการถ่ายทอดภูมิปัญญาของการทำแกงฮังเลเริ่มจากการถ่ายทอดกระบวนการผ่านครัวเรือนโดยลักษณะการถ่ายทอดจากญาติผู้ใหญ่ไปสู่บุตรหลาน ญาติพี่น้องหรือคนใกล้ชิดในครอบครัว โดยใช้วิธีการสาธิตและให้ลองลงมือปฏิบัติจริง หรือการเป็นผู้ช่วยในการปรุงอาหาร จากการศึกษาของทัศนีย์ อารมณกุลเลี้ยง และสุภาพ ฉัตรภรณ์ (2557) ได้กล่าวว่า การถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารล้านนาในท้องถิ่นประกอบด้วย (1) ผู้ถ่ายทอด ทำหน้าที่ถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารซึ่งเป็นบุคคลที่มีความรู้ ทักษะความสามารถในการทำอาหาร ได้แก่ ผู้สูงวัยในครอบครัว เป็นต้น (2) ผู้รับการถ่ายทอด ได้แก่ บุตรหลาน สมาชิกในครอบครัว ญาติและคนใกล้ชิด เป็นต้น (3) กระบวนการ เป็นการถ่ายทอดภูมิปัญญาอาหารมีลักษณะการเรียนรู้ตามอัธยาศัย โดยการทำตามทีละขั้นตอน อธิบาย แนะนำ เทคนิคและเคล็ดลับพร้อมกับการเป็นผู้ช่วยในการประกอบอาหาร ซึ่งถ่ายทอดจากอดีตจนถึงปัจจุบัน และ (4) ผลจากการถ่ายทอด ส่งผลทำให้ผู้รับการถ่ายทอดมีความรู้ ความสามารถและทักษะ นอกจากนี้ยังส่งผลทำให้เกิดการพัฒนาวิธีการและสูตรการปรุงให้มีความหลากหลายและสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมที่มีการเปลี่ยนแปลงไป

ทั้งนี้การถ่ายทอดภูมิปัญญาในการทำแกงฮังเลดังกล่าวนอกจากจะส่งผลทำให้เกิดการสืบทอดวิธีการทำแกงฮังเลจากอดีตมาสู่ปัจจุบันแล้ว ยังเป็นการถ่ายทอดความรู้ ความเชื่อ หรือการปฏิบัติที่สืบทอดกันมา และเป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวอีกด้วย

#### 5. การแลกเปลี่ยนและผสมผสานของคนต่างวัฒนธรรม

เนื่องจากแกงฮังเลเป็นอาหารที่ได้รับอิทธิพล และแพร่กระจายวัฒนธรรมอาหารมาจากประเทศพม่า และถูกปรับเปลี่ยนวัตถุดิบ วิธีการปรุง รสชาติให้สอดคล้องกับความชอบของสังคml้านนาในประเทศไทย การแลกเปลี่ยนและผสมผสานวัฒนธรรมทางด้านอาหารของประชาชนทั้ง 2 ประเทศ จะเห็นได้ว่าการรับเอาแกงฮังเลมาเป็นอาหารประจำถิ่นของล้านนาถือเป็นการแพร่กระจายของวัฒนธรรมจากภายนอกซึ่งสาเหตุเกิดจาก แกงฮังเลเป็นอาหารที่มีวิธีการปรุงไม่ซับซ้อน (Less Complexity) สามารถนำมาปรับปฏิบัติได้บางส่วน (Divisibility) สามารถเข้าใจได้ง่าย (Visibility)



และสอดคล้องกับวัฒนธรรมของล้านนา (Compatibility) ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีการแพร่กระจายของวัฒนธรรมจากภายนอก (Rogers, 1976)

ทั้งนี้จากอดีตจนถึงปัจจุบันการปรับเปลี่ยนดังกล่าวยังคงดำเนินไปอย่างต่อเนื่องเพื่อให้สอดคล้องกับบริบทที่เปลี่ยนแปลงไปของผู้บริโภค และชุมชน ดังนั้นแกงฮังเลจึงเป็นอาหารที่แสดงออกถึงการแลกเปลี่ยน การผสมผสานของวัฒนธรรมและการปรับตัวเพื่อคงอยู่ของวัฒนธรรมทางด้านอาหาร วัฒนธรรมดังกล่าวสามารถสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น การแพร่กระจายทางวัฒนธรรม (Diffusionism) และการสังสรรค์ระหว่างวัฒนธรรมที่ปรากฏในอาหาร (ชวลา ละวาทิน และทิพย์สุคนธ์ ไตรตันวงศ์, 2558) การเสริมสร้างความสามารถของบุคคล และกลุ่มในชุมชนมาแปรเปลี่ยนสร้างเป็นวิถีวัฒนธรรม โดยใช้กลไกการมีส่วนร่วมขับเคลื่อนความร่วมมือ การปรับตัว และสร้างสมดุล (โกมล จันทวงศ์, 2560)

นอกจากนั้นกระบวนการถ่ายทอดวิธีการทำแกงฮังเลจากรุ่นสู่รุ่นด้วยการสอนวิธีการทำเพื่อทำรับประทานส่งผลทำให้เกิดการรับรู้และเรียนรู้ถึงขั้นตอนวิธีการปรุง และช่วงเวลาเทศกาลที่เหมาะสม การทำแกงฮังเลในครัวเรือนยังเป็นกระบวนการปลูกฝังทัศนคติ ค่านิยม และจิตสำนึกในการดำรงรักษาวัฒนธรรมผ่านการประกอบอาหาร

## บทสรุป

“แกงฮังเล” เป็นอาหารที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของภาคเหนือและได้รับความนิยมในการบริโภคมากชนิดหนึ่งมีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบหลักพร้อมด้วยเครื่องเทศที่มีกลิ่น และรสชาติเฉพาะ “แกงฮังเล” เป็นอาหารที่ได้รับอิทธิพลมาจากพม่า และแคว้นสิบสองปันนาในประเทศจีน ซึ่งมีชื่อเรียกว่า “แวงตาฮัน” ในภาษาพม่า มีความหมายตรงกับ “แกงฮังเล” อย่างไรก็ตามความเป็นมาของ “แกงฮังเล” ในภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยหรืออาณาจักรล้านนา ประกอบด้วย (1) การเข้าปกครองของพม่าในอาณาจักรล้านนา จึงทำให้อาณาจักรล้านนาได้รับอิทธิพลจากพม่า (2) การเคลื่อนย้ายของแรงงาน สืบเนื่องจากในอดีตปรากฏการค้าขายและสัมปทานป่าไม้ของบริษัทประเทศอังกฤษโดยมีพ่อค้า และแรงงานพม่าซึ่งเป็นคนในบังคับของอังกฤษเข้ามาตั้งบ้านเรือนและชุมชนในอาณาจักรล้านนา (3) การมีอาณาเขตติดต่อกันระหว่างพม่ากับอาณาจักรล้านนา ที่ส่งผลต่อการเคลื่อนย้ายของผู้อยู่อาศัยระหว่างพม่ากับอาณาจักรล้านนาโดยแกงฮังเลสามารถจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่ แกงฮังเลม่าน และแกงฮังเลเชียงแสน

อาหารนอกจากจะเป็นความจำเป็นพื้นฐานของมนุษย์ในการดำรงชีวิตแล้ว ยังแฝงไปด้วยวัฒนธรรมและความเชื่อของบุคคล และสังคมที่ได้ยึดถือและปฏิบัติสืบต่อกันเกี่ยวกับแกงฮังเลตั้งแต่ออดีตจนถึงปัจจุบัน แกงฮังเลถือเป็นอาหารที่มีความเกี่ยวข้องกับประวัติศาสตร์และถือเป็นเอกลักษณ์ด้านหนึ่งของชาวล้านนา เพราะสามารถสะท้อนให้เห็นถึงความซับซ้อนทางสังคมและวัฒนธรรมของภูมิภาคที่เกิดจากความรู้ ความเข้าใจธรรมชาติ ดังนั้นแกงฮังเลจึงเป็นอาหารที่แสดงถึงวัฒนธรรมและความเชื่อที่แฝงอยู่ ประกอบด้วย (1) คุณค่าที่มีต่อร่างกายและจิตใจ ส่งเสริมการร่วมมือกันที่หลากหลายทางด้านวัฒนธรรม เช่น การรวมกลุ่มในเครือญาติเพื่อทำแกงฮังเล (2) การเป็นอาหารสำหรับประเพณี ทั้งประเพณีเนื่องในวันสำคัญทางศาสนาพุทธและประเพณีในการต้อนรับแขกผู้มาเยือน ดังจะเห็นได้จากการเลี้ยงขันโตก (3) การรวมกลุ่มวัฒนธรรมเดียวกัน ซึ่งแกงฮังเลเป็น

อาหารที่เป็นตัวแทนของวัฒนธรรมของภาคเหนือ (4) การถ่ายทอดภูมิปัญญาในการทำแกงฮังเลและเป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว และ (5) การแลกเปลี่ยนและผสมผสานวัฒนธรรมของคนต่างวัฒนธรรม โดยเป็นอาหารที่แสดงถึงการแพร่กระจาย การแลกเปลี่ยนและผสมผสานของวัฒนธรรมอาหารจากประเทศพม่าและภาคเหนือของประเทศไทย ทั้งนี้วัฒนธรรมและความเชื่อในแกงฮังเลยังคงต้องปรับตัวเพื่อคงอยู่ของวัฒนธรรมทางด้านอาหาร การปลูกฝังทัศนคติ ค่านิยม และจิตสำนึกในการธำรงรักษาวัฒนธรรมผ่านการประกอบอาหาร

### เอกสารอ้างอิง

- โกลม จันทวงษ์. (2560). การอภิวัฒน์ชุมชนท้องถิ่นในกระแสโลกาภิวัตน์. วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์. 7(1): 115-131.
- ชวลา ละวาทิน และทิพย์สุคนธ์ ไตรตันวงศ์. (2558). อาหารและขนมไทยพื้นบ้านโบราณ หมู่บ้านคลองขนมหวาน อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี. วารสารวิจัยและพัฒนา วไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์. 10(1): 142-155.
- ชูสิทธิ์ ชูชาติ. (2525). พ่อค้าวัวต่าง: ผู้บุกเบิกการค้าขายในหมู่บ้านภาคเหนือของประเทศไทย (พ.ศ. 2398 - 2503). กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.
- ทรงสิริ วิชิรานนท์ และคณะ. (2557). วิถีชีวิตและความมั่นคงของอาหารภาคใต้. วารสารวิชาการและวิจัย มทร.พระนคร. 8(1): 94-107.
- ทัศนีย์ อารมณกุล และสุภาพ ฉัตรภรณ์. (2557). เส้นทางการสืบสานภูมิปัญญาอาหารล้านนาสู่ความยั่งยืน. วารสารเกษตรศาสตร์ (สังคม). 35: 189-205.
- พัทธา สายหู. (2532). กลไกของสังคม. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มณี พยอมยงค์. (2532). พิธีกรรมล้านนาไทย. เชียงใหม่: ธาราทองการพิมพ์.
- วณีย์ เอี่ยมศรีทอง และประหยัด สายวิเชียร. (2538). อาหารล้านนา. เชียงใหม่: กลางเวียงการพิมพ์ คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ยศ สันตสมบัติ. (2543). ความหลากหลายทางชีวภาพและภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- สุรพล ดำริห์กุล. (2559). คุณครูประจำโรงเรียนหนองป่าครั่ง เชียงใหม่. สัมภาษณ์, 10 กุมภาพันธ์ 2559.
- สิริรักษ์ บางสุด และพลวัฒน์ อารมณ. (2558). โอชะแห่งล้านนา :มรดกวัฒนธรรมอาหารเมือง. กรุงเทพฯ: แสงแดด.
- อภิญา ตันทวีวงศ์. (2556). บนเส้นทางการจัดการด้านอาหารเพื่อคนไทยทั้งมวล. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การทหารผ่านศึก.
- อุบลรัตน์ พันธุมินทร์. (2542). รายงานการวิจัยการศึกษาวัฒนธรรมคนล้านนาในพม่า. เชียงใหม่: ภาควิชาภาษาไทยคณะมนุษยศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- Rogers, E. M. (1976). Diffusions of innovations. New York: Free Press.